

El asma y el humo de segunda mano

Datos

El humo de segunda mano, conocido también como humo de tabaco ambiental (ETS), es una combinación del humo exhalado por las personas que fuman y del humo proveniente del extremo encendido de un cigarrillo, un puro o una pipa. El humo de segunda mano contiene más de 4.000 sustancias incluyendo más de 40 causantes de cáncer.

¿Cómo afecta al asma el humo de segunda mano?

Muchos de los efectos producidos por el humo de segunda mano, incluyendo el asma, se ven más claramente en los niños debido a que se encuentran en un riesgo mayor. Es evidente que los cuerpos en desarrollo de los niños son más propensos a los efectos del humo de segunda mano debido a su tamaño pequeño y a que respiran más rápido que los adultos y en consecuencia inhalan más humo de segunda mano. Los niños que están expuestos a dosis altas de humo de segunda mano, como los que tienen una madre que fuma, son los que están en mayor riesgo de estar expuestos a estos efectos nocivos para la salud. El humo de segunda mano:

- Puede provocar ataques o empeorarlos.
- Puede ser un factor de riesgo para casos nuevos de asma en niños de edad preescolar que no hayan mostrado síntomas de asma.
- Es probable que irrite los tubos bronquiales inflamados de las personas con asma.
- Está asociado a otros problemas de salud, como el cáncer de esófago, infecciones en el oído, síndrome de muerte infantil súbita (SIDS), bronquitis y pulmonía.

Fuente: Sitio web de EPA de los Estados Unidos: El asma y los ambientes internos (Asthma and Indoor Environments, 2005)

¿Qué puede hacer?

- Si fuma, hágalo afuera.
- Vaya a restaurantes y hoteles en donde no se permita fumar.
- No fume en su automóvil cuando esté con sus niños (o con otras personas que no fumen).
- Cuando lo visiten amigos y familiares que fuman, pídale que fumen afuera. Explíqueles que no les está pidiendo que dejen de fumar sino que no quiere que sus niños estén expuestos al humo.
- Si se encuentra en un establecimiento público en donde no se permita fumar, pídale apagar sus cigarrillos a las personas que estén fumando.
- Si necesita ayuda para dejar de fumar, llame al 1-877-629-1585 o visite utahquitnet.com

Fuente: Programa para la Prevención y el Control del Tabaco, Departamento de Salud de Utah, 2001

